publione.it

Summer on Fire

chi ci piglia, ci griglia

Quest’estate hai già scritto “t’amo” sulla griglia?

Con la **linea Summer on Fire** hai tempo fino al 30 settembre per goderti il piacere delle grigliate con la migliore carne italiana di pollo e suino, preparata con saporite marinature.

Arrosticini, minifiletti, maxi-hamburger e salsiccia: se li pigli, li grigli e se li grigli li ripigli.

GENTE in cucina

sommario

5

25

41

50

65

PRIMI DI MARE

LIME

SPIEDINI

UVA

SULLO STECCO

BONTÀ DI FINE ESTATE
In tavola trionfano i primi di mare, le note esotiche dei piatti con il lime, la golosità degli spiedini e l'uva in ricette dolci e salate. Si chiude alla grande con gelati e ghiaccioli fatti in casa.

PRIMI DI MARE
trionfo di bontà sulla tavola

Spaghettata in nero

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di spaghetti al nero di seppia * 500 g di vongole * 500 g di cuori di mare * 1 fetta di pane raffermo * 1 cipollotto * 1 spicchio d'aglio * 1 peperoncino fresco * 1 limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate le conchiglie e fatele riposare un'ora in acqua, con una manciata di sale grosso. Scolatele e fatele aprire in una padella ampia, coperta, con un filo d'olio e l'aglio spellato. Trasferite i molluschi in una ciotola e sgusciateli, tenendone alcuni interi per decorare Copriteli tutti con pellicola. Filtrate e tenete da parte il fondo di cottura. Versate nella padella un filo d'olio e fate appassire il cipollotto, mondato e affettato, e il peperoncino, privato dei semi e tagliato a rondelle. Nel frattempo, sbriciolate il pane nel mixer e rosolate le briciole in una padellina con un filo d'olio, sale e pepe fino a renderle croccanti. Lessate la pasta in acqua salata, scolatela al dente e ripassatela nella padella aggiungendo il fondo di cottura dei molluschi e un filo d'olio, mantecando per ottenere un sughetto cremoso. Unite i molluschi rigirate, spegnete e servite con le briciole croccanti.

Gnocchetti alle vongole

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g di gnocchetti di patate * 500 g di vongole * 12 asparagi * 100 g di pomodorini ciliegia * 1 spicchio d'aglio * 1 mazzetto di rucola * 1 ciuffo di basilico * Peperoncino in fiocchi * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate le vongole e fatele riposare un'ora in acqua con una manciata di sale grosso. Mondate gli asparagi e lessateli 10 minuti in acqua salata. Scolate le vongole e fatele aprire in una padella ampia, coperta, con un filo d'olio e l'aglio spellato. Sgusciatele, lasciandone alcune intere per decorare, copritele con pellicola e filtrate il fondo. Scaldate nella padella un filo d'olio e una presa di peperoncino e saltate gli asparagi a tocchi e i pomodorini, lavati e divisi a metà. Riunite le vongole e il loro fondo, fate insaporire e spegnete. Lessate gli gnocchetti in acqua salata, e scolateli quando salgono a galla, con un mestolo forato. Ripassateli nella padella, pepate e guarnite con foglie di basilico e rucola.

Chifferi agli agrumi

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di chifferi * 600 g di cuori di mare * 1 cipolla * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 limone * 1 lime * ½ arancia * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale

Lavate le conchiglie e fatele riposare 1-2 ore in acqua, con una manciata di sale grosso. Lavate gli agrumi, ricavate strisce di scorza e spremete i succhi. Fate aprire le conchiglie in una padella ampia, coperta, con un filo d'olio e le strisce di scorza. Sgocciolate i cuori di mare, sgusciateli (tranne alcuni interi per decorare), copriteli con pellicola e filtrate il fondo di cottura. Nella stessa padella, aggiungete un filo d'olio e fate appassire la cipolla spellata e tritata. Sfumate con il fondo dei molluschi, qualche cucchiaiata di succhi e fate restringere. Riunite i molluschi, lasciate insaporire mescolando, spegnete e aggiungete una grossa noce di burro. Lessate intanto la pasta in acqua bollente salata. Scolatela al dente, ripassatela qualche istante nella padella, completate con il prezzemolo tritato e servite in tavola.

Farfalle con il tonno

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di farfalle * 150 g di tonno sott'olio * 1 cucchiaio di capperi sott'aceto * 1 ciuffo di basilico * 1 ciuffo di menta * ½ limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mescolate in una terrina il tonno a pezzetti con i capperi, il succo del limone, un filo d'olio, una macinata di pepe e 2-3 foglie tagliuzzate di menta e basilico. Fate riposare 10-15 minuti. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente, trasferitela nell'insalatiera, unite ancora un filo d'olio e mescolate. Pepate, completate con erbe fresche a piacere e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di chifferi * 1 kg di cuori di mare * 1 spicchio d'aglio * 2 cucchiai di prezzemolo tritato * Olio extravergine d'oliva * Sale

Lavate i cuori di mare e lasciateli riposare 1-2 ore in acqua con una manciata di sale grosso, poi fateli aprire in una padella ampia, coperta, con un filo d'olio e l'aglio schiacciato. Spegnete, trasferite i molluschi in una ciotola e copriteli con pellicola. Filtrate il fondo di cottura e riversatelo nella padella. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela bene al dente e ripassatela nella padella con il fondo di cottura dei cuori e ancora un filo d'olio, facendo saltare e mantecare 1-2 minuti. Riunite alla pasta le conchiglie, cospargete di prezzemolo tritato, mescolate e servite.

Pasta con i cuori

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

Farfalle al salmone

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di farfalle * 150 g di filetto di salmone senza pelle * 100 g di piselli sgranati * 100 g di cimette di broccoli * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate i broccoli e lessateli 10 minuti in acqua salata, scolandoli con un mestolo forato. Lessate 5 minuti anche i piselli nella stessa acqua, poi conservatela per la pasta. Intanto, private il salmone di eventuali lische e scottatelo 3-4 minuti in una padella con olio, sale e pepe. Spezzettatelo, unite le verdure e fate insaporire. Lessate intanto la pasta nell'acqua delle verdure, riportata a bollore. Scolatela e ripassatela nella padella con una noce di burro. Pepate e servite.

Zuppetta di mafalde

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di mafalde * 6 filetti di triglia * 2 calamari puliti * 4 code di gamberi * 1 spicchio d'aglio * 2 cucchiai di concentrato di pomodoro * Peperoncino in polvere * 500 ml di brodo di pesce o vegetale * Olio extravergine d'oliva * Sale

Private i filetti di triglia di eventuali lische e tagliateli a pezzetti. Sgusciate i gamberi lasciando le codine attaccate, eliminate il filo nero e sciacquateli. Lavate e tagliate a pezzetti i calamari. In una casseruola, scaldate un filo d'olio con l'aglio schiacciato e una presa di peperoncino. Aggiungete il concentrato, sciolto in poca acqua calda, e fate insaporire. Versate il brodo, portate a bollore e unite la pasta. Dopo 5 minuti, aggiungete i calamari. Fate riprendere il bollore e portate le mafalde a cottura unendo, negli ultimi 2-3 minuti, triglie e gamberi. Regolate se occorre di sale, completate con un giro d'olio e servite.

Sformatini allo zafferano

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di cuori di mare * 200 g di ricotta * 2 cucchiai di parmigiano reggiano grattugiato * 2 albumi * 30 ml di latte * 1 cipollotto * 1 bustina di zafferano * Burro * Sale e pepe

Lavate i cuori di mare e lasciateli riposare 1-2 ore in acqua con una manciata di sale grosso. Fateli aprire in una padella ampia, con un filo d'acqua. Sgusciateli, tranne 8 per decorare, e teneteli da parte coperti con pellicola. Nella stessa padella, fate appassire il cipollotto pulito e affettato con poco burro. Scaldate il latte e sciogliete vi lo zafferano. Mescolate in una ciotola la ricotta con il parmigiano, il cipollotto, il latte e i molluschi sgusciati. Incorporate gli albumi montati a neve, regolate di sale e pepate. Versate il composto in 4 stampini a pareti lisce imburrati. Infornate 15 minuti a 170°. Sfornate e guarnite con le conchiglie tenute da parte.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
12 lasagne fresche pronte (senza precottura) * 500 g di tonno sott'olio * 1 carota * 1 cipolla * 500 g di pomodori pelati * 125 g di mozzarella * 1 mazzetto di timo * 2 foglie di alloro * 2 cucchiai di olive nere snocciolate * 40 g di pecorino * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tritate la mozzarella e fatela asciugare su carta da cucina. In una padella, fate appassire con un filo d'olio la cipolla, spellata e tritata, con la carota raschiata e tagliata a dadini. Unite i pelati, le olive a fettine, l'alloro e qualche rametto di timo. Regolate di sale, pepate e cuocete 15-20 minuti. Intanto, mescolate la mozzarella con il tonno, un po' di timo tritato e pepe. Farcite le lasagne con il ripieno al tonno, arrotolatele e disponetele in una pirofila imburrata, alternate a cucchiaiate di sugo. Versate il sugo rimasto. Cospargete con il pecorino, grattugiato a filetti, e fiocchetti di burro. Infornate 15 minuti 200°.

Cannelloni al pomodoro

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di penne * 150 g di ventresca di tonno sott'olio * 2 cipolle rosse * 10 pomodorini ciliegia * Aceto balsamico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sbucciate le cipolle e tagliatele a spicchi sottili. Allargatele su una placca, coperta di carta da forno. Unite i pomodorini lavati, olio, sale, pepe e infornate 30 minuti a 200º. Trasferite cipolle e pomodorini in una terrina, fate intiepidire e unite la ventresca divisa a pezzetti. Nel frattempo, lessate le penne acqua salata. Scolatele al dente e trasferitele nella terrina. Condite con poco altro olio e qualche goccia di aceto balsamico, mescolate delicatamente e servite.

Penne con ventresca

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

Tagliatelle e capesante

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di tagliatelle fresche * 12 noci di capesante * 2 spicchi d'aglio * 1 mazzetto di prezzemolo * Peperoncino in polvere * 50 ml di vino bianco * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sciacquate le capesante e asciugatele con carta da cucina. In una padella, con una noce di burro, fate dorare uno spicchio d'aglio. Eliminatelo, alzate la fiamma e scottate le capesante 1-2 minuti per lato. Condite con sale, pepe e peperoncino e tenetele da parte in caldo. Riportate la padella sul fuoco, versate il vino e staccate bene il fondo. Aggiungete un filo d'olio, l'aglio rimasto schiacciato, il prezzemolo tritato e fate appassire a fuoco dolce. Nel frattempo, lessate le tagliatelle in acqua salata. Scolatele lasciandole un po' umide e trasferitele nella padella con una noce di burro. Riunite le capesante, mescolate e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di fettuccine fresche verdi * 12 noci di capesante * 100 g di edamame surgelati sgranati * 1 peperoncino fresco * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale

Scottate 5 minuti in acqua salata gli edamame e scolateli (conservate l'acqua per la pasta). Sciacquate le capesante, asciugatele con carta da cucina e fatele dorare a fuoco vivo 1-2 minuti per lato in una padella, con poco burro. Salatele e tenetele da parte in caldo. Scaldate nella stessa padella un filo d'olio con il peperoncino, privato dei semi e affettato. Unite gli edamame e lasciate insaporire. Lessate le fettuccine nell'acqua degli edamame, riportata a bollore. Scolatele, lasciandole un po' umide, e ripassatele nella padella riunendo le capesante, con una noce di burro.

Fettuccine Saint-Jacques

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 25 minuti

PRIMI DI MARE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di spaghetti * 500 g di conchiglie miste (cuori di mare, vongole, fasolari) * 4 uova * 2 cipollotti * 1 l di brodo vegetale * Panko (pangrattato giapponese) o pangrattato grossolano * 1 ciuffo di prezzemolo * Olio di semi di arachidi * Olio extravergine d'oliva * Sale

Lavate le conchiglie e fatele riposare 2 ore in acqua con una presa di sale grosso. Cuocete le uova in acqua inizialmente fredda, calcolando 5 minuti dal bollore. Fatele raffreddare. In una padella ampia, fate appassire un cipollotto, pulito e affettato, con un filo di olio d'oliva. Unite le conchiglie, coprite e fatele aprire. Scolatele, filtrate il fondo di cottura e versatelo in una casseruola con il brodo. Portate a bollore e versate gli spaghetti. Intanto, passate le uova nel pangrattato e friggetele in olio di semi finché sono dorate. Scolatele su carta da cucina e salatele. Quando gli spaghetti sono pronti, riunite le conchiglie e il cipollotto rimasto, pulito e affettato. Servite in scodelle con il prezzemolo tritato e le uova fritte.

Zuppa ricca di spaghetti

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

Timballini di tagliatelle

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di tagliatelle fresche * 100 g di salmone affumicato * 200 g di zucchine * 1 ciuffo di aneto * 80 ml di panna fresca * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate le zucchine, affettatele sottilmente e fatele rosolare in una padella con una noce di burro, un filo d'olio, sale e pepe. Lessate le tagliatelle in acqua salata e scolatele bene al dente. Conditele in una terrina con le zucchine, 3 cucchiai di panna, pepe, aneto sminuzzato e il salmone a striscioline. Imburrate 4 anelli di metallo, posateli su una placca rivestita di carta da forno e dividetevi le tagliatelle. Passate 5 minuti in forno a 200°. Intanto, fate restringere la panna rimasta in un pentolino, a fuoco dolce, con poco sale e aneto tritato. Trasferite i timballini nei piatti, sfilate gli anelli e servite con la salsa all'aneto.

LIME
l'agrume esotico succoso e aromatico

Carpaccio di frutta

Preparazione 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 mele rosse * 1 piccolo ananas * 2 lime * 200 g di gelato al pistacchio * 2 cucchiai di zucchero di canna

Lavate le mele, privatele dei torsoli con l'apposito attrezzo e tagliatele in orizzontale a fettine sottili. Disponetele man mano in un piatto spruzzandole con il succo di un lime. Private l'ananas della scorza e tagliatelo in orizzontale a rondelle sottili. Dividete nei piatti individuali le fettine mele e ananas, alternandole. Spolverizzate con lo zucchero. Lavate il lime rimasto, ricavate la scorza a filetti e spremete il succo. Spargete scorza e succo sulla frutta e fate riposare 20 minuti in frigo. Servite con il gelato a palline.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di riso Basmati * 450 g di di petto di pollo * 250 g di fagiolini * 4 lime * 2 cucchiaini di senape al pepe verde * 120 ml di yogurt * 1 ciuffo di prezzemolo * Olio extravergine d'oliva * Sale

Sciacquate il riso in un colino e versatelo in una casseruola con 400 ml di acqua fredda salata. Coprite, portate a bollore, cuocete 10 minuti, spegnete e fate riposare 10 minuti coperto. Intanto, tagliate il pollo a bocconcini e dorateli 10 minuti a fuoco vivo in una padella, con un filo d'olio. Sfumate con il succo di un lime e salate. Intanto, pulite i fagiolini, tagliateli a tocchetti e fateli lessare 7-8 minuti in acqua salata. Scolateli, uniteli al pollo e fate insaporire. Stemperate in una ciotolina la senape e lo yogurt. Lavate un lime, grattugiate la scorza, spremete il succo, uniteli alla salsa e regolate di sale. Completate il pollo con il prezzemolo tritato e servite con il riso sgranato, la salsa e i lime rimasti, lavati e tagliati a spicchi.

Riso e pollo alla senape

Preparazione
20 minuti

Tempo di cottura
30 minuti

LIME

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di riso * 100 g di salicornia * 500 g di carote * 1 scalogno * 2 lime * Brodo vegetale * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Passate alla centrifuga o all'estrattore le carote raschiate, per ricavare il succo. Mondate la salicornia, mettetela in una casseruola coperta a filo di acqua fredda, portate a bollore e spegnete. Fate intiepidire e sgocciolate la salicornia con un mestolo forato, tenendo l'acqua da parte. In una casseruola, fate appassire lo scalogno, spellato e tritato, con un filo d'olio. Unite il riso, tostatelo e portatelo a cottura bagnandolo via via con parte dell'acqua della salicornia, parte del succo di carote e brodo caldo, alternati. Spegnete e unite un filo d'olio, il succo di un lime e il succo di carote rimasto. Rigirate, regolate di sale, pepate e guarnite con la salicornia e il lime rimasto, lavato e affettato.

Risotto alla salicornia

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 25 minuti

Zuppa di pescatrice

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g di pescatrice spellata * 50 g di spaghetti * 1 cipolla * 1 spicchio d'aglio * 2 cm di zenzero fresco * 1 lime * 1 peperoncino secco * 1 cucchiaino di curry * 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro * 1 mazzetto di erba cipollina * 1 ciuffo di prezzemolo * Olio extravergine d'oliva * Sale

Private la pescatrice della lisca, tagliatela a pezzi e metteteli in una ciotola. Lavate il lime, grattugiate la scorza, spremete il succo, uniteli al pesce e mescolate. Rosolate in una casseruola, con un filo d'olio, l'aglio e la cipolla spellati e tritati, lo zenzero sbucciato e grattugiato e il peperoncino sbriciolato.

Spolverizzate con il curry, fate tostare qualche istante e unite 300 ml d'acqua. Scioglietevi il concentrato, portate a bollore, unite gli spaghetti spezzati e, dopo 5 minuti, il pesce. Fate sobbollire finché la pasta è ben cotta e il pesce tenero. Regolate di sale e servite con il prezzemolo tritato e l'erba cipollina tagliuzzata.

Insalata di baccalà

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g di baccalà già bagnato * 1 cuore di sedano * 1 cipollotto * 2 lime * 1 mazzetto di prezzemolo * 100 g di yogurt * 1 cucchiaio di maionese * Olio extravergine d'oliva * Sale

Mettete il baccalà in un tegame, coperto di acqua fredda. Portate a bollore, spegnete e fate intiepidire. Pulite e affettate il cipollotto compresa la parte verde tenera. Frullate lo yogurt con una manciata di foglie di prezzemolo, il succo dei lime, qualche rondella di cipollotto e poco olio. Unite la maionese e regolate di sale. Scolate il baccalà, privatelo di pelle e lische e dividetelo a scaglie. Mescolatele in una terrina con il sedano mondato e a rondelle, il cipollotto rimasto e la salsa. Pepate e decorate con foglie di prezzemolo.

Bignè con crema

Preparazione 30 minuti
Tempo di cottura 35 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
70 g di farina * 140 g di burro * 5 uova * 100 g di zucchero semolato * 3 lime * 240 ml di panna fresca * 50 g di zucchero a velo, più quello per guarnire * Sale

Spremete 2 lime ricavando 80 ml di succo. Sbattete in una ciotola un uovo con lo zucchero semolato e il succo. Ponete su un bagnomaria, unite 30 g di burro e cuocete rigirando continuamente finché la crema si addensa. Togliete dal bagnomaria, versate in una terrina, mescolate finché la crema si raffredda e passate in frigo 30 minuti. Incorporate la panna, montata con lo zucchero a velo, e rimettete in frigo. In una casseruola, portate a bollore 240 ml d'acqua con il burro rimasto e un pizzico di sale. Versate la farina in un sol colpo, rigirando con una spatola, e dorate 2 minuti. Trasferite l'impasto in una ciotola e lasciate intiepidire. Unite le uova rimaste, un uovo alla volta, amalgamando con una frusta elettrica. Scaldate il forno a 220°. Trasferite l'impasto in una tasca da pasticciere e formate i bignè, ben distanziati, su una placca rivestita di carta da forno. Abbassate la temperatura del forno a 180° e infornate la placca 20-25 minuti finché i bignè sono dorati. Sfornate e fateli raffreddare su una gratella. Lavate il lime rimasto e grattugiate la scorza. Tagliate i bignè a metà con un coltello a lama seghettata e farciteli con la crema. Spolverizzate di zucchero a velo, scorza di lime e servite.

LIME

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g di fettine di vitello * 2 lime * 1 cucchiaio di granella di pistacchi * 1 ciuffo di prezzemolo * Farina * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale

Tagliate le fettine di vitello a straccetti e infarinatele. In una padella, sciogliete una noce di burro con un filo d'olio. Aggiungete gli straccetti e rosolateli 2 minuti a fuoco vivo, mescolando. Salate e bagnate con il succo di un lime. Fate addensare qualche minuto, cospargete con il prezzemolo tritato, la granella e servite con il lime rimasto, lavato e a spicchi.

Straccetti di vitello

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 banane * 2 lime * 2 cucchiai di zucchero di canna * Peperoncino in polvere * 50 g di burro

Banane arrostite

Preparazione 10 minuti
Tempo di cottura 15 minuti

Lavate un lime, grattugiate la scorza e spremete il succo. Sbucciate le banane, tagliatele a rondelle e irroratele con il succo. Allargatele su una placca, rivestita di carta da forno. In un pentolino, sciogliete il burro con lo zucchero. Irrorate il mix sulle banane, cospargete di peperoncino a piacere e infornate 10 minuti a 180°. Completate con la scorza e servite con il lime rimasto, lavato e tagliato a spicchi.

Filetti al pepe rosa

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 filetti di pesce bianco (branzino, orata, nasello) * 3 lime * 2 spicchi d'aglio * 2 cucchiai di pepe rosa in grani * 1 mazzetto di timo * Olio extravergine d'oliva * Sale

Lavate 2 lime, ricavate la scorza di uno a filetti e spremeteli entrambi. Private i filetti di pesce di eventuali lische, metteteli in una terrina con succo e scorzette, un filo d'olio, qualche rametto di timo, l'aglio spellato e tagliato a fettine e i grani di pepe leggermente pestati. Coprite e fate marinare 20 minuti. Foderate un cestello con carta da forno, trasferitevi i filetti cuoceteli a vapore circa 10 minuti. Serviteli con il lime rimasto, lavato e tagliato a spicchi.

Zuppa all'orientale

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
450 g di gamberi * 250 g di funghi shiitake o champignon * 1 scalogno * 1 spicchio d'aglio * 2 cm di zenzero fresco * 1 peperoncino piccante fresco * 200 ml di latte di cocco non zuccherato * 2 lime * 1 ciuffo di coriandolo o prezzemolo * 1 l di brodo di pollo * Paprica * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sgusciate i gamberi, privateli del filo nero e sciacquateli. Spellate e tritate lo scalogno e l'aglio, sbucciate e grattugiate lo zenzero, mondate e sminuzzate il peperoncino e fateli appassire in una casseruola, con un filo d'olio. Unite i funghi, puliti e tagliati a lamelle, salate e cuocete 5 minuti. Bagnate con il brodo, il latte di cocco e il succo di un lime. Spolverizzate con una presa di paprica, regolate di sale e pepate. Portate a bollore e fate sobbollire 10 minuti. Aggiungete i gamberi e cuocete altri 3-4 minuti. Completate con il lime rimasto, lavato e tagliato a rondelle sottili. Guarnite con foglie di coriandolo o prezzemolo e servite in tavola.

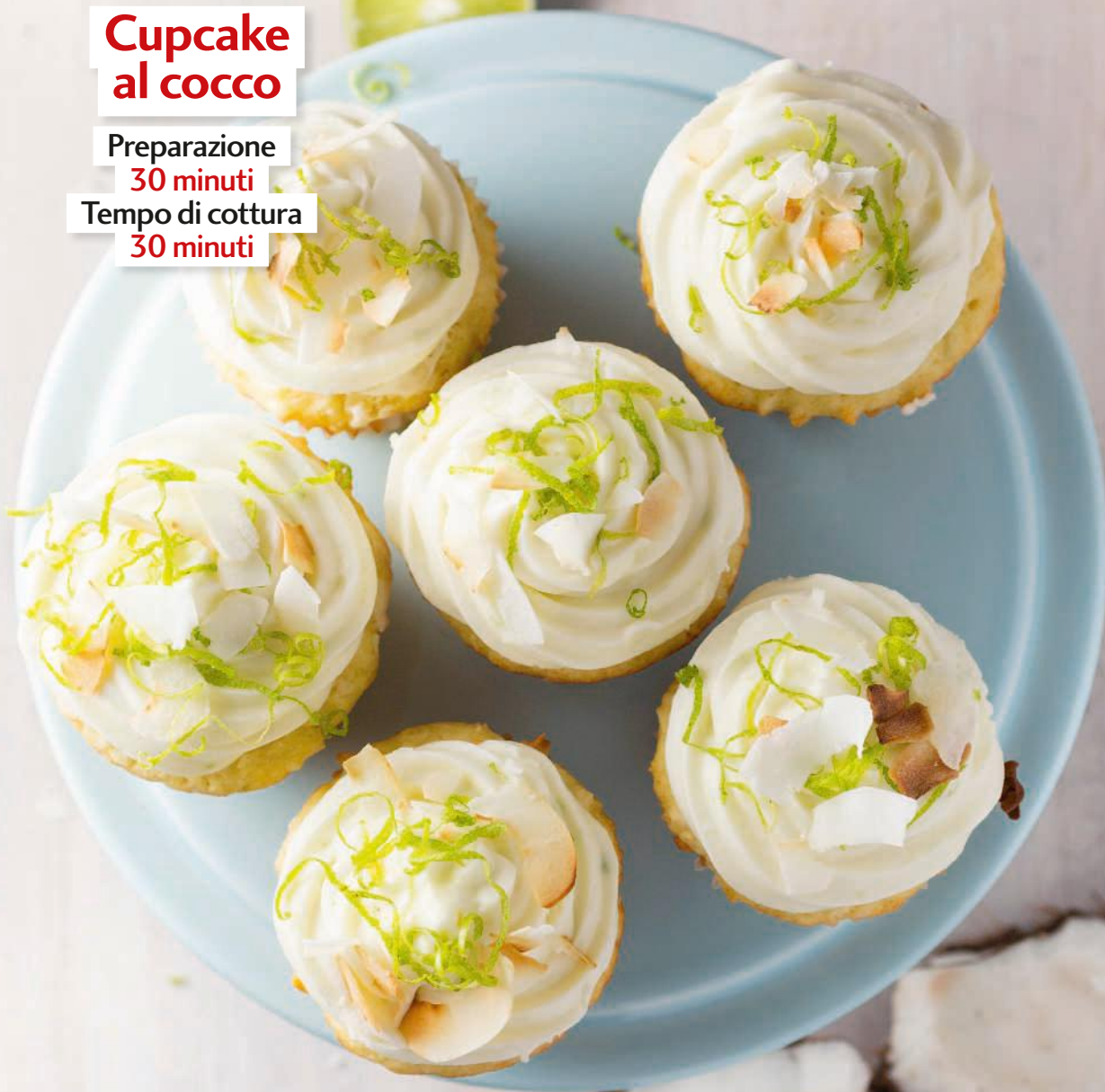
Riso saltato ai gamberi

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di riso Basmati * 450 g di gamberi * 2 uova * 500 g di broccoli a cimette * 1 spicchio d'aglio * 1 lime * ½ melagrana * 2 cm di zenzero fresco * 1 ciuffo di prezzemolo * Salsa di soia * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sciacquate il riso in un colino, versatelo in un pentolino con 600 ml di acqua fredda salata, coprite, portate a bollore, cuocete 10 minuti, spegnete e fate riposare 10 minuti, coperto. Lavate i broccoli e scottateli 5 minuti in acqua salata. Sgusciate i gamberi, privateli del filo nero, lavateli e saltateli 3 minuti in una padella con olio e sale. Teneteli da parte e, nella stessa padella, fate appassire con poco altro olio l'aglio e lo zenzero, spellati e tritati. Unite il riso, fate saltare 3 minuti, versate le uova sbattute, un filo di soia e continuate a saltare, mescolando. Unite gamberi e broccoli, il succo del lime e pepate. Completate con i chicchi della melagrana e il prezzemolo tritato.

Cupcake al cocco

Preparazione 30 minuti
Tempo di cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
150 g di farina 00 * 150 g di burro * 150 g di zucchero * 3 uova * 50 g di farina di cocco * 2 lime * ½ cucchiaino di lievito in polvere * 250 g di ricotta * 100 ml di panna fresca * 40 g di miele * Cocco secco a lamelle

Lavate i lime, ricavate la scorza a filetti e spremete il succo. In una ciotola, lavorate con la frusta elettrica il burro morbido e lo zucchero. Incorporate le uova, il succo dei lime, metà della scorza e mescolate. Unite la farina 00, setacciata con il lievito, 20 g di farina di cocco e amalgamate bene. Dividete il composto negli stampini di una placca da cupcake, rivestiti con pirottini di carta, e infornate 25 minuti a 180°. Sfornate, sformate e fate raffreddare. Amalgamate la ricotta con la farina di cocco rimasta e il miele. Unite la panna montata e tenete in frigo un'ora. Tostate le lamelle di cocco 5 minuti in forno a 180°. Guarnite i cupcake con la crema, le lamelle, le scorzette rimaste e servite.

SPIEDINI
bocconcini golosi tutti da gustare

Di melanzane e provola

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 melanzane lunghe * 200 g di provola * 2 uova * 1 mazzetto di salvia * Pangrattato * Farina * Olio di semi di arachidi * Sale e pepe

Lavate le melanzane e tagliatela a fette spesse circa mezzo cm. Farcitele a coppie con la provola a fettine sottili. Passate i sandwich di melanzane nella farina, nelle uova sbattute e nel pangrattato, premendo leggermente con le dita per far aderire la panatura, anche sui lati. Riscaldate abbondante olio in una padella dai bordi alti e friggete i sandwich, pochi per volta, girandoli per dorarli in modo uniforme. Scolateli via via su carta da cucina. Tagliate ogni sandwich in 4 spicchi e infilateli sugli spiedini, alternandoli a foglioline di salvia. Sistemateli su una placca, coperta di carta da forno, e passateli 5 minuti in forno a 180°. Salateli, pepateli e serviteli.

Con salsa yakitori

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di petto di pollo * ½ cipolla rossa * 2 lime * 2 peperoncini freschi * 1 ciuffo di prezzemolo o coriandolo * Pangrattato * Salsa yakitori (nei negozi di prodotti esotici) * Olio di semi di arachidi

Sbucciate la cipolla, tagliate 2 fettine e tritatele. Mescolate il trito in una pirofila con 2 cucchiai di salsa yakitori, i peperoncini a pezzi, una spolverata di pangrattato, il succo di un lime e qualche gambo di prezzemolo o coriandolo tritato. Unite il pollo, ridotto a bocconcini, mescolate e fate marinare un'ora. Infilate i pezzetti di pollo sugli spiedini e rosolateli 10 minuti in una padella, con un filo d'olio, girandoli da tutti i lati. Serviteli con il resto della cipolla a rondelle, il lime rimasto a spicchi e foglie fresche di prezzemolo o coriandolo.

Con pere all'aneto

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di sovracosce di pollo disossate senza pelle * 2 pere * 2 spicchi d'aglio * 1 mazzetto di aneto * 1 limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tagliate a bocconcini il pollo e conditeli in una terrina con un trito di aneto e aglio spellato, olio, sale e pepe. Lavate le pere, eliminate i torsoli e riducetele a dadi.

Alternate pollo e pere sugli spiedini. Rosolateli 5 minuti in una padella, con un filo d'olio. Bagnate con il succo del limone, fate insaporire qualche minuto e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di pescatrice senza pelle * 2 zucchine * 1 limone * Peperoncino in fiocchi * 1 ciuffo di basilico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate e tagliate a tocchi le zucchine. Private la pescatrice della lisca centrale e riducete la polpa a bocconcini. Infilate sugli spiedini pescatrice e zucchine, alternate a foglie di basilico. Condite gli spiedini con un filo d'olio, sale, pepe e una presa di paprica. Rosolateli 10 minuti in una padella, a fuoco medio. Serviteli, a piacere, con un'insalata.

Di pescatrice e zucchine

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di filetto di salmone senza pelle * 8 gamberi sgusciati * 1 filetto di aringa affumicata * 1 manciata di ribes * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Private il salmone di eventuali lische e tagliatelo dadi. Riducete a pezzetti l'aringa. Private i gamberi del filo nero e lavateli. Riunite tutto in una ciotola e condite con olio, sale e pepe. Montate gli spiedini alternando gli ingredienti e fermandoli con chicchi di ribes, sciacquati. Cuoceteli 10 minuti su una bistecchiera calda e servite.

Al salmone e gamberi

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Esotici alle capesante

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 capesante sgusciate * 4 baccelli di vaniglia * 1 pomodoro * ½ cipolla rossa * 1 cipollotto sottile * 2 lime * 1 cucchiaino di zucchero * Aceto * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Spellate la cipolla e tritatela grossolanamente. Mettetela 15 minuti in una ciotolina coperta di aceto, scolatela e mescolatela in una terrina con il pomodoro lavato, privato di semi e tagliato a dadini. Unite il cipollotto pulito e affettato, il succo di un lime, poco aceto, un filo d'olio, sale e pepe. Fate riposare 20 minuti. Condite le capesante con olio, sale e pepe. Lavate e tagliate a spicchi il lime rimasto. Forate con uno spiedino di metallo le capesante e gli spicchi di lime e infilateli sui baccelli di vaniglia, alternandoli. Cuocete gli spiedini 5 minuti in una padella, girandoli una volta. Serviteli irrorati con la marinata di pomodori.

Mignon di pollo

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di sovracosce di pollo disossate senza pelle * ½ cipolla * 1 cucchiaino di semi di cumino * 1 cucchiaino di coriandolo in grani * 1 cucchiaino di curcuma * Peperoncino in polvere * 1 cucchiaio di zucchero * 1 lime * 2 cucchiai di salsa di soia * Olio di semi di arachidi

Frullate in un piccolo mixer la cipolla, spellata e tritata, con il cumino, il coriandolo, la curcuma, una presa di peperoncino, lo zucchero, il succo del lime, la salsa di soia e un filo d'olio, fino a ottenere una salsa uniforme. Trasferitela in una ciotola e aggiungete il pollo, tagliato a bocconcini. Mescolate, coprite con pellicola e fate marinare in frigo 3-4 ore. Infilate i bocconcini su piccoli spiedini di legno. Rosolateli 10 minuti a fuoco vivo in una padella, con un filo d'olio. Spegnete e servite, a piacere con erbe fresche.

Marocchini con l'agnello

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di polpa di agnello macinata * 250 g di polpa di manzo macinata * 1 cipolla * 1 ciuffo di menta * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 cucchiaino di zenzero in polvere * 1 cucchiaino di cumino in polvere * 1 cucchiaino di paprica * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mettete i 2 tipi di carne in una ciotola e aggiungete zenzero, cumino, paprica e la cipolla, tritata finemente. Unite un cucchiaino di trito di prezzemolo e menta, sale, pepe e amalgamate. Dividete il composto in 8 porzioni. Formate altrettante polpette ovali, modellandole intorno agli spiedini. Mescolate un cucchiaio di erbe tritate con un filo d'olio e spennellate gli spiedini. Cuoceteli 8-10 minuti su una bistecchiera ben calda, girandoli spesso. Accompagnate, a piacere, con un'insalata mista e spicchi di limone o lime.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di polpa di pollo macinata * 3 zucchine * ½ avocado * 1 uovo * 100 g di pangrattato * 60 ml di latte * 4 cucchiai di maionese * ½ limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate e grattugiate una zucchina, mettetela in un colino, salate e fate riposare 10 minuti. Intanto, pulite l'avocado, frullate la polpa con il succo del limone e mescolatela in una ciotola con la maionese. Strizzate la zucchina grattugiata e mescolatela in una ciotola, con la carne, il latte, l'uovo sbattuto, il pangrattato, sale, pepe e un filo d'olio. Formate tante polpettine e infilatele sugli spiedini, alternate alle zucchine rimaste lavate, tagliate a fettine e salate. Disponete gli spiedini su una placca, coperta di carta da forno. Spennellateli d'olio, pepateli e infornateli 20 minuti a 190°. Serviteli con la salsa all'avocado e un'insalata a piacere.

Con zucchine e polpettine

Preparazione 25 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

Marinari al sesamo

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 scampi * 8 noci di capesante * 8 patatine novelle * 1 cucchiaino di zucchero di canna * 1 cucchiaio di semi di sesamo * ½ limone * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate le patatine e lessatele al dente in acqua salata. Scolatele, dividetele a metà e ripassatele in una padella con una noce di burro e una spruzzata di succo di limone. Fate intiepidire. Sgusciate gli scampi, puliteli e lavateli. Sciacquate le capesante e mescolatele in una ciotola con gli scampi, le patate, un filo d'olio, sale, pepe e lo zucchero. Componete gli spiedini alternando gli ingredienti. Rosolateli 5 minuti in una padella, con un filo d'olio. Cospargeteli con il sesamo e servite.

Con filettini al pepe rosa

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di petto di pollo * 2 cetrioli * 1 spicchio d'aglio * 1 cucchiaino di pepe rosa in grani * 1 cucchiaino di coriandolo in grani * Peperoncino in fiocchi * Olio extravergine d'oliva * Sale

Tagliate il petto di pollo a filettini larghi. Conditeli in una pirofila con olio e sale. Unite l'aglio spellato e affettato, una presa di peperoncino e i grani di pepe rosa e coriandolo, leggermente pestati. Rigirate, coprite con pellicola e fate marinare 2 ore in frigo. Infilate i filettini sugli spiedini e cuoceteli su una bistecchiera ben calda per 10 minuti, girandoli 1-2 volte. Intanto, lavate i cetrioli, eliminate parte della buccia con un pelapatate, affettateli e conditeli con olio e sale. Servite gli spiedini con l'insalata di cetrioli.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di petto di pollo * 600 g di pomodori misti * 1 mazzetto di alloro * 1 mazzetto di timo * 1 ciuffo di basilico * 1 limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tagliate il pollo bocconcini e conditeli in una terrina con il succo del limone, olio, sale, abbondante pepe, il timo e 2-3 foglie di alloro spezzettate. Coprite con pellicola e fate marinare 2 ore. Infilate i bocconcini sugli spiedini alternandoli a foglie di alloro. Cuoceteli 10 minuti in una padella. Intanto, lavate i pomodori e tagliateli a spicchi. Conditeli con olio, sale e basilico. Servite gli spiedini con i pomodori e, a piacere, pane arabo o pitta.

Pepati all'alloro

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

UVA
un tocco dolce per dessert e piatti salati

Torta di noci

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
150 g di uva bianca senza semi * 100 g di gherigli di noci * 70 g di uvetta * 240 g di farina, più quella per infarinare * 2 uova * 100 g di zucchero * ½ bustina di lievito in polvere * Rum * 100 ml di olio di semi di girasole * Burro

Mettete l'uvetta 10 minuti ammollo nel rum. In una terrina, sbattete le uova con lo zucchero per renderle spumose. Aggiungete la farina, setacciata con il lievito, alternata all'olio. Unite l'uva lavata, l'uvetta scolata e infarinata e le noci tritate grossolanamente. Imburrate e infarinate uno stampo e versate l'impasto. Infornate 40 minuti a 180°. Sfornate, fate raffreddare, sformate e guarnite a piacere con uva fresca.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 cosce di anatra * 1 spicchio d'aglio * 2 foglie di alloro * 500 g di strutto * 800 g di patate * 150 g di uva bianca * Latte * Burro * Sale grosso e pepe nero in grani

Massaggiate le cosce con sale grosso. Fatele riposare in frigo 3 ore. Sciacquatele e asciugatele. Rosolatele in una padella antiaderente, senza condimento, finché la pelle è dorata. Sciogliete lo strutto in una pentola con l'alloro, un cucchiaino di grani di pepe e l'aglio intero. Appena lo strutto inizia a bollire, inserite le cosce, abbassate la fiamma al minimo e cuocete un'ora e 30 minuti, badando che il grasso non raggiunga mai il bollore. Verso fine cottura, prelevate qualche cucchiaio di grasso e fatevi appassire in un pentolino l'uva lavata. Nel frattempo, lavate e lessate le patate in acqua salata. Togliete l'anatra dal fuoco e fate intiepidire. Intanto, pelate le patate, schiacciatele in un tegame con una noce di burro e poco latte, regolate di sale e amalgamate a fuoco dolcissimo. Scolate le cosce, sfilacciate la carne e servite con l'uva, sopra il purè.

Anatra confit

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
2 ore e 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g di spezzatino di vitello * 1 cipolla * 200 g di uva mista * 2 pere * 1 stecca di cannella * ½ limone * 100 g di miele * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sbucciate e tagliate a spicchi la cipolla. Rosolate la carne in una tajine (o in una casseruola di coccio), a fuoco vivo, con un filo d'olio. Unite la cipolla, la cannella, sale e pepe. Mescolate e fate insaporire 5 minuti. Coprite a filo d'acqua, portate a bollore e abbassate il fuoco. Cuocete 45 minuti coperto. Lavate la frutta. Pulite e tagliate a spicchi le pere e unitele alla carne, insieme all'uva. Cuocete 10 minuti e servite.

Tajine di vitello

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 5 minuti

Clafoutis settembrino

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
500 g di uva nera senza semi * 100 g di farina * 120 g di zucchero semolato * 2 uova * 150 ml di latte * 150 ml di panna fresca * Zucchero a velo * Burro

Montate in una terrina le uova con lo zucchero semolato, fino a renderle spumose. Incorporate la farina setacciata, poi diluite con il latte e la panna. Imburrate 4 tegamini individuali e disponetevi l'uva lavata. Versate la pastella e infornate a 160° per circa 35 minuti. Lasciate intiepidire, spolverizzate di zucchero a velo e servite.

Mele al forno

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 mele Golden * 1 grappolino di uva bianca * ½ limone * Cannella in polvere * Zucchero * Burro

Lavate le mele, tagliate le calotte superiori ed eliminate i torsoli con uno scavino. Sistemate le mele in una pirofila imburrata. Irroratele con il succo del limone, dividete al centro gli acini d'uva lavati e spolverizzate di zucchero e cannella. Unite qualche fiocchetto di burro e infornate un'ora a 200°.

Bocconcini di coniglio

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 coniglio disossato * 400 g di uva bianca * 1 cipolla rossa * 40 g di pancetta tesa * 2 spicchi d'aglio * 1 mazzetto di timo * 2 cucchiai di nocciole tostate * 100 ml di vino bianco * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tagliate a bocconcini il coniglio. Tritate finemente la pancetta e rosolatela in un tegame con un filo d'olio, l'aglio spellato e schiacciato e 2 rametti di timo. Unite i bocconcini di coniglio, fateli dorare in modo uniforme e sfumate con il vino. Regolate di sale e pepate.

Eliminate il timo, unite la cipolla sbucciata e affettata e cuocete 20 minuti. Lavate gli acini d'uva, dividetene alcuni a metà e uniteli tutti al coniglio insieme a qualche ciuffetto di timo e alle nocciole tritate. Fate insaporire 10 minuti, spegnete e servite.

Insalata di finocchi

Preparazione **10 minuti**
Tempo di cottura **5 minuti**

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 finocchi * 1 grappolo di uva nera * 100 g di feta * 2 cucchiai di nocciole sgusciate * Olio extravergine d'oliva * Sale

Tostate leggermente le nocciole in una padella antiaderente e tritatele in modo grossolano. Mondate i finocchi, conservando le barbine verdi, e tagliateli a fettine sottili. Sistemateli in un piatto da portata con le nocciole e gli acini d'uva lavati. Condite con olio, sale, pepe e completate con la feta sbriciolata. Decorate con le barbine dei finocchi tenute da parte.

Tortine al formaggio

Preparazione 30 minuti
Tempo di cottura 15 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
150 g di biscotti salati o taralli * 60 g di taleggio * 100 g di formaggio fresco spalmabile * 1 grappolino di uva rosata * 80 g di burro

Sbriciolate i biscotti o i taralli nel mixer. Mescolateli con il burro fuso. Dividete il composto su fondo e bordi di 6 stampini da muffin, rivestiti da pirottini di carta. Mescolate il formaggio fresco con il taleggio a fettine e riempite gli stampini. Infornate 15 minuti a 160°. Sfornate, fate intiepidire, sformate e servite con gli acini d'uva lavati e divisi a metà.

Faraona al Vin Santo

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 faraona * 500 g di uva bianca * 2 spicchi d'aglio * 200 ml di Vin Santo * 250 ml di brodo di pollo * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe in grani

Massaggiate la faraona, con olio, sale e una macinata di pepe, quindi disponetela in una casseruola adatta al forno e cuocete 30 minuti a 200°. Lavate l'uva. Sfornate la casseruola e unite l'aglio non spellato, metà degli acini d'uva, qualche grano di pepe, il Vin Santo e il brodo. Irrorate la faraona con il sughetto e rimettetela 30 minuti in forno, bagnandola di tanto in tanto con il fondo e unendo il resto dell'uva negli ultimi 10 minuti. Sfornate e servite la faraona in tavola.

Pudding di pane

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
150 g di pane raffermo a fette * 50 g di uva nera * 25 g di uvetta * 2 tuorli * 50 g di zucchero * 125 ml di latte * 125 ml di panna fresca * ½ cucchiaino di estratto di vaniglia * Burro * Sale

Imburrate fondo e bordi di 4 cocottine. Spalmate di burro le fette di pane, da entrambi i lati. Tagliatele a pezzetti e sistematele nelle cocotte alternandole con gli acini d'uva lavati e l'uvetta. Scaldate in un pentolino panna e latte con la vaniglia, senza farli bollire. Sbattete in una terrina, con una frusta a mano, i tuorli con lo zucchero e incorporate a filo il mix caldo, rigirando. Dividete la crema nelle cocotte e sistematele in una teglia. Versate nella teglia 2-3 dita di acqua calda, infornate a 180° e cuocete i pudding a bagnomaria per 40 minuti, finché la superficie è dorata.

Mousse al torrone

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
120 g di torrone * 250 ml di panna fresca * 200 g di mascarpone * 50 g di zucchero a velo * 1 grappolino di uva bianca senza semi

Tritate il torrone con un coltello robusto e mettetelo in una ciotola con un paio di cucchiai di panna. Disponete la ciotola su una casseruola con acqua calda e sciogliete il torrone a bagnomaria, mescolando. Lasciate raffreddare. In una terrina, mescolate il mascarpone con lo zucchero a velo. Incorporate la panna rimasta, montata, unite la massa di torrone e amalgamate con una frusta. Versate la mousse in 6 bicchierini o coppette e dividetevi gli acini d'uva lavati. Fate raffreddare in frigo per 2-3 ore e servite.

Radicchi brasati

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 cespi di radicchio rosso * 2 gambi di sedano * 200 g di uva bianca senza semi * 100 g di feta * 1 cucchiai di semi misti per insalata (girasole, zucca, lino, sesamo) * Olio extravergine d'oliva * Sale, pepe nero e pepe rosa in grani

Lavate i cespi di radicchio, divideteli a metà e rosolateli 5 minuti per lato in una padella con olio e sale. Mondate il sedano (conservate le foglie) e tagliatelo metà a rondelle e metà a filetti. Disponete il radicchio in un piatto da portata e unite il sedano e le sue foglie, gli acini d'uva lavati e tagliati a metà e la feta sbriciolata. Cospargete con i semi, una macinata di pepe nero e rosa e poco sale. Irrorate d'olio e servite.

SULLO STECCO

ghiaccioli e gelati da passeggio

Classici all'arancia

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
2-3 arance bionde * 50 g di zucchero

Versate in un pentolino 50 ml d'acqua e unite lo zucchero. Scaldate a fuoco medio finché lo zucchero è completamente sciolto. Spegnete e fate raffreddare lo sciroppo. Spremete le arance, misurate 300 ml di succo, filtrate e mescolatevi lo sciroppo. Dividete il composto negli stampini da ghiaccioli, inserite gli stecchi e passate in freezer 5-6 ore prima di servire.

Banana e burro di arachidi

Preparazione
20 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
2 banane * 220 g di latte condensato * 1 cucchiaio di burro di arachidi * 1 cucchiaio di sciroppo d'acero * 1 cucchiaino di estratto di vaniglia * 150 g di cioccolato fondente * 1 cucchiaio di nocciole sgusciate

Sbucciate le banane, tagliatele a pezzi e frullatele con il latte condensato, il burro di arachidi, la vaniglia e lo sciroppo d'acero, fino a ottenere una crema. Versatela negli stampini da ghiaccioli, inserite gli stecchi e passate in freezer 5-6 ore. Tritate le nocciole grossolanamente. Fondete a bagnomaria il cioccolato. Sformate i gelati e posateli su un vassoio, rivestito di carta da forno. Decorateli con le nocciole, il cioccolato fuso e ripassate 15 minuti in freezer prima di servire.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lamponi * 300 g di yogurt * 100 g di zucchero a velo

Lavate i lamponi e frullatene 2/3 con metà dello zucchero. Lavorate lo yogurt con lo zucchero rimasto. In una ciotola, amalgamate metà del composto di yogurt con 1/3 della purea di lamponi. Versate lo yogurt bianco negli stampini, inserite gli stecchi e passate in freezer 30 minuti (nel frattempo, tenete gli altri composti in frigo). Dividete negli stampini la purea, inserite i lamponi interi rimasti e ripassate in freezer. Colmate con il composto di yogurt e purea e rimettete in freezer per 5-6 ore.

Tricolori ai lamponi

Preparazione
25 minuti

Come cheesecake

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
300 g di cioccolato bianco * 225 g di formaggio fresco spalmabile * 60 g di zucchero a velo * 125 ml panna fresca * Nocciole spellate e praline alle nocciole per decorare

Amalgamate il formaggio fresco con lo zucchero velo, mescolando con una spatola. Incorporate la panna e dividete la crema negli stampini da ghiaccioli. Inserite gli stecchi e passate in freezer per 5-6 ore. Fate sciogliere il cioccolato bianco a bagnomaria. Sformate i gelati, immergeteli nel cioccolato fuso e allineateli su una placca, rivestita di carta da forno. Ripassate in freezer almeno 30 minuti. Decorate a piacere con nocciole tritate e praline.

Mirtilli & cocco

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 5 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
200 g di mirtilli * 300 ml di latte di cocco * 50 g di zucchero * 2 cucchiai di miele * 1 cucchiaio di succo di limone * Estratto di vaniglia * 50 g di cioccolato bianco

Frullate nel mixer il latte di cocco con il miele e qualche goccia di vaniglia. Unite i mirtilli lavati (tranne qualcuno per decorare), il succo di limone, lo zucchero e frullate fino a ottenere una crema liscia. Versate il composto negli stampini da ghiaccioli e inserite gli stecchi. Passate in freezer per 5-6 ore. Mettete in freezer anche i mirtilli tenuti da parte. Sciogliete il cioccolato bianco a bagnomaria e decorate i gelati sformati. Aggiungete i mirtilli congelati e ripassate in freezer almeno 15 minuti. Guarnite a piacere con oro o argento alimentari.

Di more ai pistacchi

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 5 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
200 g di more * 50 di mirtilli * 50 g di zucchero * 60 g di cioccolato bianco * 340 g di yogurt greco * 1 tazza di granella di pistacchi

Lavate e frullate le more e i mirtilli con lo zucchero per ricavare una purea. Unite lo yogurt e frullate ancora, fino a ottenere una crema liscia. Versate il composto negli stampini da ghiaccioli, inserite gli stecchi e mettete in freezer per 5-6 ore. Sciogliete a bagnomaria il cioccolato bianco. Prelevate dal freezer i gelati, sformateli e inserite velocemente la punta nel cioccolato bianco e, a seguire, nella granella di pistacchi. Allineate i gelati su una placca, rivestita di carta da forno, e ripassate in freezer almeno 30 minuti prima di servire.

Verdi al kiwi

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
500 ml di acqua * 5 kiwi * 4 cucchiai di zucchero a velo

Preparate uno sciroppo sciogliendo in un pentolino, a fuoco dolce, lo zucchero con 500 ml d'acqua. Sbucciate i kiwi, tagliateli a pezzi e frullateli.

Aggiungete lo sciroppo e continuate a frullare. Versate il composto negli stampini da ghiaccioli, inserite gli stecchi e passate 5-6 ore in freezer.

Variegati allo yogurt

Preparazione
10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
450 g di lamponi * 250 g di yogurt alla vaniglia * 2 cucchiai di zucchero * ½ limone * Cannella in polvere * 6 stecche di cannella (facoltative)

Lavate e frullate i lamponi con lo zucchero, una presa di cannella e qualche goccia di limone, per ottenere una purea. Alternatela allo yogurt in 6 stampini sferici. Infilate in ogni composto una stecca di cannella (o uno stecco da gelato) e passate in freezer 5-6 ore.

Al cacao e cioccolato

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 5 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
450 g di yogurt greco * 3 cucchiai di latte * 3 cucchiai di cacao amaro * 75 g di cioccolato fondente * 50 g di zucchero

Spezzettate il cioccolato in un pentolino, unite il latte e sciogliete a fuoco basso, mescolando. Versate nel mixer lo yogurt, il cacao setacciato e lo zucchero. Unite il composto di latte e cioccolato e frullate fino a ottenere una crema liscia. Versatela negli stampi da ghiaccioli, inserite gli stecchi e passate in freezer almeno 5-6 ore prima di sformare e servire.

Con rose e fiori

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
480 ml di acqua di cocco * 60 ml di sciroppo di rose * 100 g di zucchero * 1 cucchiaino di acqua di rose alimentare (nei negozi di prodotti esotici) * 1 manciata di fiori edibili

Versate lo zucchero in un pentolino con 120 ml d'acqua e fate sciogliere a fuoco dolce, mescolando. Togliete dal fuoco, aggiungete l'acqua di rose e lasciate raffreddare. Misurate 60 ml di questo sciroppo (potete usare il resto per bibite e cocktail) e mescolatelo in una caraffa con l'acqua di cocco. Inserite delicatamente 3-5 fiori in 6 stampini da ghiaccioli, infilate gli stecchi e dividetevi la miscela. Passate in freezer 5-6 ore.

Rossi al rosmarino

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 5 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
220 g di mirtilli rossi o ribes sgranato * 120 ml di succo di mirtilli rossi o ribes * 100 ml di latte di cocco * 2 gocce di estratto di vaniglia * 1 cucchiaio di zucchero * 1 rametto di rosmarino

Lavate e frullate i frutti rossi con il succo, fino a ottenere un composto liscio. Versatelo negli stampini da ghiaccioli, riempiendoli solo fino a 2/3 della capacità. Inserite gli stecchi e mettete in freezer 4 ore. Scaldate e fuoco molto dolce il latte di cocco con il rosmarino, senza arrivare al bollore. Spegnete, fate raffreddare e filtrate. Unite al latte di cocco lo zucchero e qualche goccia di estratto vaniglia, mescolate bene e dividete il composto negli stampini. Rimettete in freezer altre 4 ore prima di servire.

Esotici al mango e melagrana

Preparazione
15 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
2 manghi * ½ melagrana * 180 g di yogurt alla vaniglia * 1 cucchiaio di succo di limone

Private dei noccioli i manghi e sbucciateli. Frullate la polpa con lo yogurt e il succo di limone. Ricavate i chicchi della melagrana e divideteli negli stampini da ghiaccioli. Colmate con il composto al mango, inserite gli stecchi e passate in freezer 5-6 ore.

Direttrice responsabile
ROSSELLA RASULO

UFFICIO CENTRALE
Luca Angelucci
(caporedattore)
Danilo Ascani (caposervizio)
Alessandra Gavazzi (caposervizio)
Francesco Vicario (caposervizio)

REDAZIONE
Sabrina Bonalumi
(caposervizio - coordinatrice spettacolo)
Maria Elena Barnabi (caposervizio)
Francesco Gironi (caposervizio)
Roberta Spadotto (caposervizio)
Sara Recordati, Patrizia Vassallo

UFFICIO GRAFICO
Marcella Mihalich (art director)
Silvia Bennati, Federica Berto,
Roberto Lorenzini (caposervizio),
Valentina Mariani,
Realizzazione grafica:
Emmegi Group srl

RICERCA ICONOGRAFICA
Nicoletta Caffi (responsabile)
Lucia Ciammaichella
Dario Vazzoler

SEGRETERIA
Tiziana Maccarini

HEARST MAGAZINES ITALIA SPA
DEBI CHIRICHELLA (Presidente),
GIACOMO MOLETTO
(Amministratore Delegato
e Direttore Generale), Jonathan Wright
(Consigliere), Thomas Allen Ghareeb
(Consigliere), Marcello Sorrentino
(Consigliere)

PUBLISHING
Massimo Russo
(Chief Content Officer),
Michela Alpi
(Strategy Consultant
Cinema & Entertainment Specialist),
Cristina Moroni (Senior Product
Manager)

HEARST MAGAZINES
INTERNATIONAL
Jonathan Wright (President,
Hearst Magazines),
Kim St. Clair Bodden
(SVP/Editorial & Brand Director),
Eleonore Marchand (Global Editorial
Director, Luxury Brands)

HEARST GLOBAL SOLUTIONS
ROBERT SCHOENMAKER
(Chief Revenue Officer)

Alberto Vecchione
(Global Sales Director - Foreign Clients)
Simone Silvestri
(Sales Director Business Unit Fashion)
Daniel Davide
(Client Partnerships Sales Director)
Alessandro Caracciolo
(Head Of Digital Sales)
Michele Di Bitonto
(Sales Director Hearst Live)
Alessandra Viganò
(Hearst Global Solutions Global Sales
Director - Foreign Clients)

Immagini © AGF Creative

GENTE IN CUCINA è una testata
Hearst Magazines Italia SpA

ALLEGATO REDAZIONALE A “GENTE” N. 35/2022
NON VENDIBILE SEPARATAMENTE

DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE

DISTRIBUZIONE: Distributore per l’Italia e per l’Estero Press-di Distribuzione Stampa e
Multimedia S.r.l. - 20054 Segrate (MI)

Stampa: Arti Grafiche Boccia - via Tiberio Claudio Felice 7 - 84131 - Salerno
Printed in Italy

Federazione Italiana
Editori Giornali